Plan van aanpak eetmoment crèche

Je kind gaat voor het eerst naar de crèche of het kinderdagverblijf. Je kan niet meer zelf de hele dag ervoor zorgen dat hij of zij geen gluten binnenkrijgt. Wat moet je doen? Dit plan van aanpak zal je zeker helpen! Het is geschreven door een vader van een dochter met coeliakie, dus door een ervaringsdeskundige. Het is een plan van aanpak van jullie als ouders/verzorgers vóór de medewerkers van de crèche. Vandaar het in de wij-vorm is geschreven. We raden we je aan overal de naam van je kind in te vullen. En zet er een leuke vrolijke foto van je kind bij! Alle producten die in dit plan worden genoemd zijn voorbeelden. Vul daar uiteraard in wat jouw kind eet of drinkt.

## Inkopen en bewaren van de producten

1. Voor de verschillende eetmomenten op de dag zullen wij zorgen dat de volgende glutenvrije producten aanwezig zijn: (bijvoorbeeld)

* Rijstwafels/maiswafels
* Cracotten
* Soepstengels
* Smeerkaas
* Smeerworst
* Traktatieproducten

2. Wij zullen zorgen dat al deze producten in afgesloten bakken zitten. Op deze bakken zetten wij < naam kind>. De bakken moeten buiten het bereik van glutenhoudende producten

worden bewaard. Deze bakken zetten wij neer op een nader af te spreken plaats.

3. Voor de lunch geven wij iedere ochtend een glutenvrije boterham met glutenvrij beleg mee in een broodtrommel met < naam kind> erop. Deze leggen wij neer op een nader af te spreken plaats in de koelkast, hierdoor blijft de glutenvrije boterham langer vers.

4.Onbewerkt groente en fruit zijn van nature glutenvrij. <naam kind> mag dit dus gewoon eten. Mits schoongemaakt en bereid op de hieronder aangegeven manier.

## Bereiden van de producten

1. Degene die het eten voor <naam kind> bereidt, moet eerst zijn of haar handen wassen.
2. Maak het werkblad schoon voordat de glutenvrije producten erop komen.
3. Gebruik schone (afgewassen) keukenmaterialen.
4. Bereid een glutenvrije maaltijd apart van de andere maaltijden om mogelijke besmetting te voorkomen.

**Tip**: bereid eerst de glutenvrije producten voor <naam kind> en daarna voor de rest van de groep.

## Tijdens het nuttigen

1. Andere kinderen mogen niet aan de glutenvrije maaltijd komen.
2. Andere kinderen mogen niet eten van de glutenvrije producten.
3. <naam kind> mag niet eten van de producten van andere kinderen.
4. <naam kind>hoeft zeker niet afgezonderd te worden tijdens de maaltijd. Een normale sociale omgang is voor hem/haar van groot belang. In eerste instantie is het wel het beste om:
   * Of een leidster tussen <naam kind> en de andere kindjes te zetten
   * Of <naam kind> aan het hoofd van de tafel te plaatsen

De ervaring is dat wanneer de andere kinderen op de hoogte zijn van het noodzakelijke glutenvrije dieet, er vaak ook een snelle acceptatie en een basis voor een normale omgang met elkaar is.

**Na het nuttigen**

Alle kruimels en resten van glutenhoudende producten verwijderen van de grond, tafels, stoelen en handjes en mondjes van de andere kindjes en leidsters. Daarna kan < naam kind> weer spelen en knuffelen met de andere kindjes/leidsters.

**Traktaties**

1. Er is een brief uitgegaan naar alle ouders van de kinderen bij <naam kind> op de groep. Indien de traktatie in overleg met ons is gemaakt, mag < naam kind> de traktatie eten.
2. Als jullie er 100% zeker van zijn dat de traktatie glutenvrij is (bijvoorbeeld onbewerkte groente of fruit) dan mag < naam kind> dit nuttigen. Bij twijfel vragen wij om de traktatie te bewaren zodat wij deze mee naar huis kunnen nemen en eventueel daar kunnen nuttigen.
3. Wij zorgen dat < naam kind> een eigen bakje met traktaties heeft zodat hij of zij ook iets lekkers heeft als er wordt getrakteerd waar gluten in verwerkt zijn.

## Knutselmateriaal

Naast voedingsmiddelen kan knutselmateriaal (bijvoorbeeld lijm, vingerverf en klei) ook gluten bevatten. Hierdoor zijn deze niet geschikt voor < naam kind>.

Wij geven jullie ook een lijst met knutselmateriaal dat glutenvrij is. Mocht er

knutselmateriaal zijn dat niet op lijst staat dan zullen wij uitzoeken (via bijvoorbeeld de producent) of het glutenvrij is.

## Per ongeluk toch gluten gegeten?

Hoe goed je ook oplet, soms kan het gebeuren dat < naam kind> toch gluten binnenkrijgt. Dit is erg vervelend, omdat zij hierdoor klachten kan krijgen. Je kunt niets doen om deze klachten te verminderen.

Belangrijk is om contact op te nemen met ons, zodat wij weten dat er iets mis is gegaan. Wij kunnen hierdoor beter inspelen op de klachten en hebben mogelijke tips hoe je het beste met < naam kind> om kunt gaan. Wel is het belangrijk om de oorzaak te achterhalen om een soortgelijke situatie in de toekomst te voorkomen.

Bij twijfel, vragen of een ongelukje kan je altijd bellen met <telefoonnummer ouders>.

Bijlagen

• Brief naar ouders

• Knutsellijst

## De Nederlandse Coeliakie Vereniging

Kijk voor meer informatie over coeliakie of het glutenvrij dieet op [www.glutenvrij.nl](http://www.glutenvrij.nl) of neem contact op met de NCV via [info@glutenvrij.nl](mailto:info@glutenvrij.no) of 035-6954002.